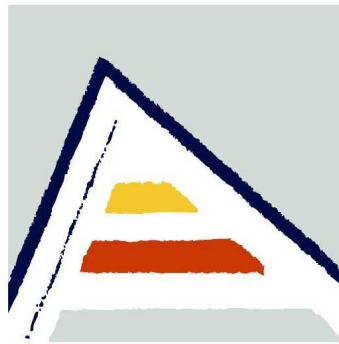


UNIVERSIDAD DE ALICANTE

Facultad de ciencias de la salud

Grado en Enfermería



Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante

**LA EDUCACIÓN SEXUAL EN LOS ADOLESCENTES Y EL PAPEL DE LA
ENFERMERA COMO EDUCADORA EN SALUD**

(Trabajo fin de grado)

Alumno: Laura Martínez Sánchez

Tutor: María Concepción Carrillo

Alicante, 21 de mayo de 2018

ÍNDICE

1. Resumen y abstract.....	Pág 2 y 3
2. Introducción.....	Pág 4
3. Objetivos.....	Pág 5
4. Metodología.....	Pág 5
5. Resultados.....	Pág 8
6. Discusión.....	Pág 19
7. Conclusión.....	Pág 22
8. Agradecimientos.....	Pág 23
9. Bibliografía.....	Pág 24
10. Anexo.....	Pág 26
10.1 Anexo 1. Encuesta teórica.....	Pág 26
10.2 Anexo 2. Encuesta de opinión.....	Pág 28
10.3 Anexo 3. Guión charla.....	Pág 30

1. RESUMEN

Objetivo: La sexualidad es un tema tabú en la sociedad y como consecuencia los adolescentes no reciben la educación necesaria para afrontar su vida sexual de forma segura y satisfactoria. El objetivo de este estudio es averiguar los conocimientos de los adolescentes sobre sexualidad y la importancia de estos en su desarrollo personal y social.

Métodos: Estudio descriptivo transversal, realizado con metodología cualitativa y cuantitativa, efectuada mediante encuestas con preguntas semiestructuradas. Se selecciona un grupo de adolescentes pertenecientes a la misma asociación juvenil, con edades comprendidas entre los 12 y 14 años (1º y 2º ESO), el grupo consta de 5 chicos y 5 chicas.

Se realizan dos tipos de encuesta, una de opinión y otra teórica, de las cuales la última se pasará antes (pre) y después (post) de una charla adaptada a la edad de los participantes realizada por la autora, para así conocer la efectividad de dicha charla y la repercusión de los temas tratados en la vida de los adolescentes seleccionados.

Resultados: El 50% de los adolescentes afirman saber poco sobre sexualidad, sin embargo el 80% considera bastante importante la sexualidad a la hora de desarrollarse como persona e interaccionar con los demás. En general, han obtenido mejores resultados en la encuesta post charla que en la encuesta pre.

Conclusión: Los adolescentes carecen de conocimientos sobre sexualidad, fácilmente solucionable con una buena educación. Por tanto, la educación sexual se debería incluir dentro de los programas de educación, en los cuales las enfermeras deberían tener un papel relevante como educadoras activas y programadoras de dicha actividad.

PALABRAS CLAVE: Adolescentes, sexualidad, educación sexual.

ABSTRACT

Objective: The sexuality is a taboo issue in society, as a result teenagers do not receive the education necessary to have a safe and satisfactory sexual life. The objective of this study is to know teenager's knowledge about sexuality and its importance in their personal and social development.

Methods: This is a descriptive and transverse study - made by quantitative and qualitative methodology- effected with a semi-structural survey. A group of adolescent,memebers of a young association, had been chosen to complete the form. their age cover a range from 12 to 14 (1st and 2nd grade of secondary school).The mencioned group was composed by 5 girls and 5 boys.

There are two types of surveys, opinion and theoretical. The last was passed before(pre) and after(post) doing a talk addapted to the participants' age. Moreover, the speech was conducted by the author in order to know the efficacy of the explanatory talk and the impact of it in the selected teenagers.

Results: 50% of teenagers affirm not knowing much about sexuality, however 80% consider sexuality important to grow as a person and interact with other people. In general, they got better results in post-survey than pre-survey.

Conclusion: Teenagers do not have enough knowledges about sexuality. Education appears to be the easiest solution. Therefore, sexual education should be included in learning. Furthermore, nurses should have a relevant role as educators programmming activities.

KEY WORDS: Teenagers, sexuality, sexual education

2. INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un periodo vital complejo, poco homogéneo, en el que se producen cambios específicos en todos los ámbitos de desarrollo y en los que se viven situaciones nuevas que afectan a los mismos. Se viven cambios en la pubertad que inciden en la figura corporal, la capacidad de reproducción o la aparición del deseo sexual¹.

La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia².

En los adolescentes las relaciones sexuales pueden poner en riesgo la salud actual, la adultez e incluso la salud de sus futuros hijos.

La inestabilidad y los cambios personales y sociales que viven los adolescentes proporciona mayor vulnerabilidad en las influencias que reciben del mundo exterior, una de estas influencias son el Internet y los medios de comunicación³. Los jóvenes de hoy en día tienen a su alcance estos medios de comunicación que pueden llegar a informarles de forma errónea y agresiva en temas de sexualidad. Por ello, nuestro trabajo radica tanto en informar debidamente, como en desmitificar todo aquella información que creen conocer a través de la información obtenida en estos medios.

En la comunidad Valenciana existe un programa de intervención en educación sexual (PIES), tiene como objetivo general la educación en valores que proporcionen unas vivencias positivas de la propia sexualidad y unos comportamientos sexuales acorde con las opciones más saludables⁴. El problema, es que se centra en la edad de adolescentes de 3º de la ESO, excluyendo al resto de edades de participar en este proyecto. El cerco de este programa se acorta en más medida debido a que solo está disponible en el ámbito escolar.

Por ello, en este estudio tenemos como propósito educar a los adolescentes en sexualidad no solo en la escuela, que es más complicado que se expresen de manera abierta por el gran número de personas que se encuentran en esta charla, las inseguridades en cuanto a este tema frente a sus compañeros de clase y el tabú que supone hoy en día en nuestra sociedad, sino en el tiempo libre en un entorno más íntimo para ellos, en el que se encuentren en pequeños grupos, como es una asociación juvenil.

El asociacionismo juvenil se define como una agrupación de jóvenes constituidos para realizar una actividad de una forma estable y continuada, organizada democráticamente, sin ánimo de lucro y cuyo fin es determinado y lícito⁵.

También debemos tener en cuenta como se explica anteriormente, los medios de comunicación son fuentes de información errónea, para los adolescentes, sobre la sexualidad, y en la edad que presentan en 3º de la ESO ya tienen a su disposición dispositivos que les facilitan esta información, por tanto en el PIES se enfrenta a adolescentes con ideas previas muy arraigadas, si se tratase la sexualidad antes no habría este problema de base, por tanto en este estudio nos centraremos en adolescentes de 1º y 2º de la ESO.

Cuyo objetivo general es conocer los conocimientos de los adolescentes de estas edades sobre sexualidad y la importancia de estos en su desarrollo personal y social.

3. OBJETIVOS

Objetivo general:

Averiguar los conocimientos de los adolescentes de estas edades sobre sexualidad y la importancia de estos en su desarrollo personal y social.

Objetivos específicos:

- Conocer la diferencia de conocimientos sobre sexualidad entre chicas y chicos.
- Considerar si presentan conocimientos previos sobre el tema y de dónde obtienen este conocimiento.
- Conocer la diferencia de conocimientos entre participantes de 1º y 2º de la ESO.
- Visualizar la enfermera comunitaria como generadora de cuidados en salud sexual y reproductiva.

4. METODOLOGÍA

Este es un estudio descriptivo transversal, realizado mediante encuestas con metodología cualitativa y cuantitativa, efectuadas de forma individual mediante preguntas semiestructuradas.

El estudio incluye una muestra de 10 adolescentes de 1º y 2º de la ESO, con edades de 12 a 14 años, la muestra cuenta dentro de estos 10 participantes con 5 chicas y 5 chicos. El grupo pertenece al mismo entorno social, además de asistir al mismo centro escolar. Como característica predominante diremos que pertenecen a una asociación

juvenil de Alicante que se reúne los sábados por la tarde, por tanto comparten gran parte de su tiempo libre juntos, realizando el mismo tipo de actividades.

En cuanto a la obtención de datos, fue ejecutada a través de la encuesta semiestructurada que se les pasó antes de asistir a una charla sobre este tema, y se realizó la misma después de esta. Es decir, se realizó una encuesta pre y una post (*anexo 1*). También se les pasó antes de la charla otra encuesta de su opinión sobre sexualidad (*anexo 2*).

Las encuestas son propias de la autora, están realizadas y ajustadas a los contenidos que se dieron en la charla sobre sexualidad y adecuadas a la edad con la que se está tratando, adaptando las palabras y las expresiones al grupo al que va dirigido.

La charla que se mantuvo con los adolescentes estaba estructurada en 5 partes, trabajadas mediante dinámicas y reflexiones, donde los adolescentes fueron participantes activos y dialogaron sobre los temas propuestos (*anexo 3*):

- *Términos básicos relacionados con sexualidad*
- *Estereotipos que existen entre hombres y mujeres*
- *Cambios en la pubertad*
- *Anatomía de los órganos sexuales femeninos y masculinos*
- *Relaciones de pareja.*

A partir de estos temas se instauró la charla con los adolescentes guiada por la autora, aunque previamente se buscó información y recursos sobre los temas, además de reflexionar la metodología de cómo abordarlo. También se asiste a diferentes recursos de la comunidad como la sexóloga del ayuntamiento de Alicante y la del centro de salud de referencia para indagar sobre este tema, y así tener los conocimientos suficientes para llevar a cabo esta tarea. Además de la asistencia por parte de la autora a un coloquio previo con una de las sexólogas, la cual trató temas importantes dirigidos a la edad de los participantes en la encuesta.

La encuesta teórica pre y post consta de 13 preguntas formuladas en forma de tipo test con 4 posibles respuestas, de las cuales tan solo una de ellas es la correcta.

Las preguntas realizadas en este test tratan sobre los siguientes temas o términos:

-*El sexo*: En la sociedad esta palabra se ha instalado como el mantenimiento de relaciones sexuales con otra persona, aunque realmente se refiere a los caracteres biológicos que diferencian a hombres y mujeres.

- *La sexualidad*: Es el modo en que nos relacionamos como personas sexuadas, lo que vivimos y sentimos, aquí entra nuestra dimensión sexual y las experiencias vividas. Dentro de esto entra la orientación e identidad sexual de cada persona.

- *La erótica*: Este término se usa de forma errónea en muchas ocasiones, se habla solo de deseo sexual, cuando es la forma de expresar y relacionarse como seres sexuados, entrando dentro de esto caricias, besos, palabras...

- *La adolescencia*: Etapa entre la maduración sexual (pubertad) y la edad adulta. Donde influyen los cambios físicos pero también los cambios psicológicos y emocionales. Muchas veces se confunde con la pubertad o se mete dentro del mismo término.

- *Cambios masculinos y femeninos en la pubertad*: En esta etapa se producen muchos cambios corporales, gran parte coinciden en ambos sexos pero hay otros que son característicos de cada uno de ellos, diferenciando entre el sexo masculino y femenino de forma más notable. Los adolescentes que están pasando o acaban de pasar por esta fase muchas veces no saben detectar estos cambios y si son propios de su sexo.

- *Órganos sexuales femeninos y masculinos*: Los órganos masculinos se diferencian de los femeninos de forma característica, aún así existen muchas confusiones de términos y sobre el funcionamiento de estos. Los adolescentes muchas veces no saben cuales son sus órganos y no se han revisado para conocerlos, por ello se debería de animarlos a conocer su cuerpo.

- *La menstruación*: Se trata como un tabú, y puede traer problemas de intolerancia y presentar repulsión tanto por parte de hombres como mujeres. Ambos sexos deben conocer su mecanismo y así tratarlo con naturalidad.

- *La autoestima*: Influye en la forma en que cada persona vive su sexualidad y en general toda su vida, entre los adolescentes hay que fomentar el amor por uno mismo, en esta fase es fácil que la autoestima descienda.

- *El amor y el enamoramiento*: Dos términos que muchas veces los adolescentes confunden, son bastante influyentes en la edad en la que se encuentran, deben saber diferenciarlos para vivir sus relaciones interpersonales de la mejor forma posible.

- *La violencia de género*: Conocer este término y la repercusión que tiene hoy en día en la sociedad puede prevenir relaciones tóxicas que los conviertan en víctimas, además de ser conscientes de lo que pasa en la sociedad y las desigualdades que todavía existen.

El análisis de los datos se elaboró a partir de las respuestas obtenidas en la encuesta, se efectuó una relación entre el número de fallos y de aciertos en la encuesta pre y post, a través de esto podemos conocer si la charla ha servido para que los adolescentes del grupo de estudio tengan más conocimientos sobre sexualidad. También se analiza usando diferentes variables como son el curso o el sexo, para obtener los conocimientos en estos pequeños grupos.

El programa que se usó para obtener los resultados fue principalmente la hoja de cálculo de Open Office con el cual se realizaron las gráficas con las que se han podido comparar los resultados y clarificarlos.

Con la encuesta de opinión se pudo conocer la forma de pensar del grupo, y tener en cuenta la diferencias que existen entre chicos y chicas, y entre las diferentes edades. Nos da una perspectiva sobre cómo los adolescentes ven este tema y la relevancia que tiene a la hora de relacionarse y verse en su entorno.

Este estudio presenta un sesgo debido al pequeño grupo de participantes que hemos escogido para realizarlo, aún así podemos ver el impacto de la charla en los adolescentes.

5. RESULTADOS

Características de los participantes

En la *tabla 1* se aprecia el grupo de participantes respetando las características que se buscaban, destacando la edad de los mismos (12-14 años), ya que esta se sitúa en la adolescencia y es un momento óptimo para que se les hable sobre estos temas, porque empieza a despertar su curiosidad y se hace más relevante dentro de sus vidas.

TABLA 1. Características de los participantes

SEXO	nº	%
Hombre	5	50
Mujer	5	50
EDAD		
12	3	30
13	2	20
14	5	50
CURSO		
1º ESO	4	40

2º ESO	6	60
--------	---	----

Análisis de los conocimientos previos de los participantes y el tema como tabú

Los participantes refieren no haber tenido ninguna charla o taller previo sobre sexualidad. A pesar de ello el 50% asegura saber bastante sobre el tema. (tabla 2)

En cuanto a la obtención de información la gran parte de ellos la reciben de sus amigos, “*si uno del grupo se entera de algo lo cuenta al resto, pero muchas veces son tonterías que han visto en Internet*” (participante de 14 años), y los demás refieren obtenerla a través de Internet, a pesar de reconocer que es una fuente poco fiable para obtener información veraz (50%).

“*Me da vergüenza hablar de este tema con mis padres o alguien adulto por lo que puedan pensar de mí*”(participante de 12 años), durante la charla surgió mucho ver este tema como un tabú porque no se trata con naturalidad y ellos mismos piensan que no es un tema que se pueda hablar con todo el mundo. Por ello, sienten vergüenza hablándolo con sus padres (70%), sin embargo la gran mayoría lo hablan con sus amigos con bastante frecuencia sin vergüenza (70%), “*el problema es que si todos tenemos la misma duda ninguno se atreve a preguntar a sus padres*”(participante de 14 años). (tabla 3)

TABLA 2. Conocimientos sobre sexualidad previos y obtención de información

¿Crees que tienes conocimientos sobre sexualidad?	Nº	%
Nada	0	0
Poco	5	50
Bastante	5	50
Mucho	0	0
¿Alguna vez has asistido a una charla o taller sobre sexualidad?		
Nada	4	40
Poco	6	60
Bastante	0	0

Mucho	0	0
¿De dónde obtienes la información sobre sexualidad si tienes dudas?		
Padres	0	0
Colegio	0	0
Amigos	8	80
Internet	2	20
¿Crees que los medios de comunicación son fuente fiable de esta información?		
Nada	2	20
Poco	5	50
Bastante	3	30
Mucho	0	0

TABLA 3. La sexualidad como tema tabú

¿Te da vergüenza hablar con tus padres sobre sexualidad?	Nº	%
Nada	0	0
Poco	2	20
Bastante	1	10
Mucho	7	70
¿Y con tus amigos?		
Nada	7	70
Poco	3	30
Bastante	0	0
Mucho	0	0
¿Crees que en tu edad este tema es tabú?		
Nada	3	30
Poco	5	50
Bastante	2	20
Mucho	0	

Tolerancia sobre libertad sexual

En cuanto a la tolerancia sobre el tema, el 70% refiere no tener ningún tipo de discriminación sobre las personas que viven de forma diferente a lo establecido su sexualidad, a pesar de ello creen que la sociedad es nada (20%) o poco (80%) respetuosa con estas personas, además refieren que a pesar de vivir en el cambio de sociedad su generación no es más tolerante que las anteriores, *“Te llaman marica si vas con chicas todo el rato o no juegas al fútbol” (participante de 13 años).*

A pesar de todo lo que ven en la sociedad, ellos refieren respetar a todas las personas elijan lo que elijan y creen que poco a poco se puede mejorar la tolerancia, *“si desde pequeños nos dijese que todo es natural todos seríamos más tolerantes” (participante de 14 años) (tabla 4).*

TABLA 4. Tolerancia sobre la libertad sexual

¿Crees que presentas algún tipo de discriminación a personas que viven su sexualidad de forma diferente a lo que se establece como “normal”?	Nº	%
Nada	7	70
Poco	3	30
Bastante	0	0
Mucho	0	0
¿Crees que la sociedad es tolerante y respetuosa con estas personas?		
Nada	2	20
Poco	8	80
Bastante	0	0
Mucho	0	0
¿En tu opinión la nueva generación es más tolerante con este tema que las anteriores?		

Nada	1	10
Poco	6	60
Bastante	2	20
Mucho	1	10
¿A ti personalmente, te parece bien que haya diversidad a la hora de qué cada persona exprese su sexualidad?		
Nada	0	0
Poco	2	20
Bastante	2	20
Mucho	6	60

Relaciones tóxicas e igualdad de género

“Yo conozco a varias amigas con relaciones tóxicas, pero ellas no se dan cuenta”(participante de 13 años), a pesar de tener esta edad el 60% cree que existen relaciones tóxicas entre sus iguales, varios de ellos dicen conocer alguna relación así.

En cuanto a las desigualdades entre hombres y mujeres, el 40% opina que hombres y mujeres tienen los mismos derechos y oportunidades, sin embargo otro 30% opina que no. A pesar de esta contrariedad, durante la charla todos concluyeron que en la sociedad están muy establecidos los “roles” de hombre o mujer, pero ellos opinan que cada persona es diferente y no deberían existir desigualdades por el simple hecho de tener un sexo u otro (*tabla 5*).

TABLA 5. Relaciones tóxicas e igualdad de género		
¿Crees que a tu edad podemos encontrar alguna relación tóxica?	Nº	%
Nada	1	10
Poco	2	20
Bastante	6	60
Mucho	1	10

¿Los hombres y las mujeres tenemos las mismas oportunidades y derechos?

Nada	0	0
Poco	3	30
Bastante	3	30
Mucho	4	40

¿Crees que en la sociedad existe igualdad entre hombres y mujeres?

Nada	1	10
Poco	6	60
Bastante	3	30
Mucho	0	0

Relación de la autoestima y la sexualidad en las relaciones interpersonales.

El 40% piensa que la autoestima es muy importante a la hora de su relación con los demás, también hay otro 40% que opina que es bastante importante, por tanto la gran mayoría está de acuerdo de que esto tiene un papel relevante en las relaciones interpersonales, en la charla dejaron claro que con una buena autoestima es más fácil acercarte a otras personas porque estás seguro de ti mismo y no te importa demasiado que te juzguen.

Con el tema de la sexualidad pasó lo mismo, la gran mayoría (80%) opina que juega un papel importante en la forma de relacionarlos con los demás, y también lo relacionaron con la autoestima y como influye la sexualidad en la autoestima. *“Depende de tu autoestima tu sexualidad la mostrarás de una forma u otra”*(participante de 14 años). (tabla 6).

TABLA 6. Relación de la autoestima y la sexualidad en las relaciones interpersonales		
¿Crees que la autoestima es importante a la hora de relacionarnos con los demás?	Nº	%
Nada	0	0
Poco	2	20
Bastante	4	40
Mucho	4	40
¿La sexualidad es importante a la hora de desarrollarse como persona e interaccionar con los demás?		
Nada	0	0
Poco	1	10
Bastante	8	80
Mucho	1	10

Importancia e inclusión de la sexualidad en la educación

La gran mayoría no entendía que se trataría cuando se les dijo que se iba a dar una charla sobre sexualidad, a pesar de ello estuvieron muy dispuestos a participar, ya que querían saber sobre el tema. Nunca habían asistido a nada parecido y tenían muchas dudas sobre todo lo que engloba este tema.

Gran parte del grupo (60% bastante y 20% mucho) cree que en la importancia de la educación sexual, y creen que es totalmente necesario incluirla en la educación que reciben (*tabla 7*).

TABLA 7. Importancia e inclusión de la sexualidad en la educación.		
¿Crees que es importante la educación sexual y debería incluirse en tu	Nº	%

educación?		
Nada	0	0
Poco	2	20
Bastante	6	60
Mucho	2	20

Visión de la sexualidad entre hombres y mujeres.

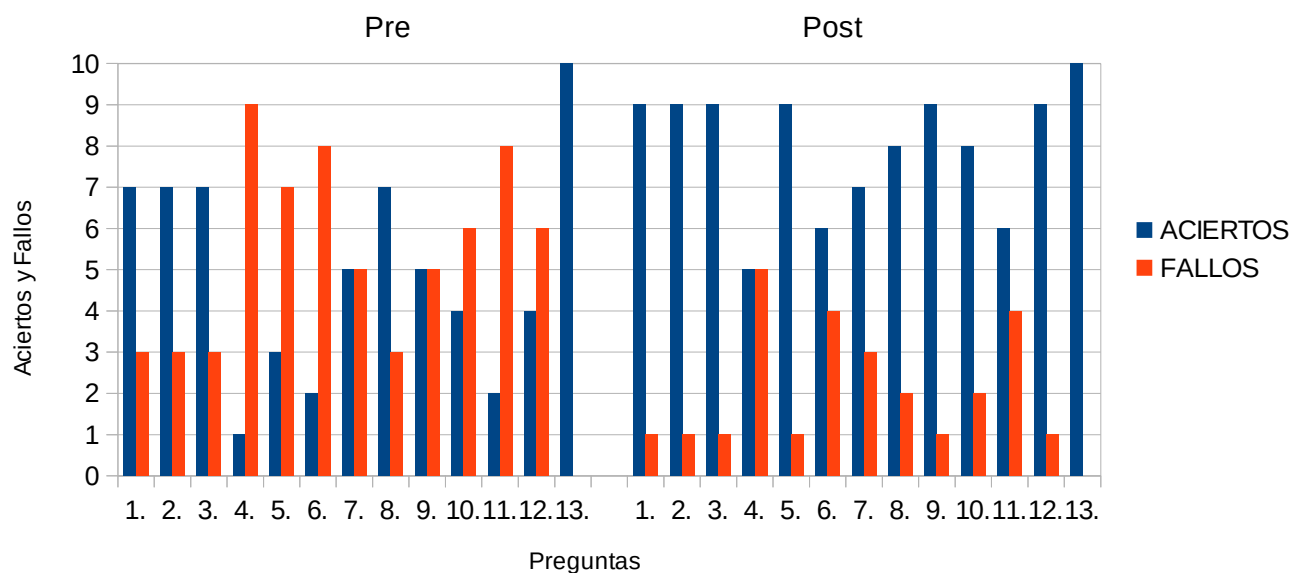
Gran parte del grupo tiene la opinión de que los hombres y mujeres viven de forma diferente su sexualidad (40% bastante y otro 40% mucho), a pesar de que cada persona la viva totalmente diferente, sí que opinan que se encuentran similitudes en cada colectivo (*tabla 8*).

TABLA 8. Visión de la sexualidad entre hombres y mujeres		
¿Crees que los chicos y las chicas ven la sexualidad de forma diferente?	Nº	%
Nada	0	0
Poco	2	20
Bastante	4	40
Mucho	4	40

Análisis de los conocimientos previos y posteriores a la charla.

Se ha realizado un análisis de las respuestas que dieron a la misma encuesta antes y después de realizar la charla para conocer si ha sido efectiva y por tanto, si los temas a

Gráfica 1. Resultados encuesta general



tratar eran los adecuados. Para lograr los objetivos propuestos se ha realizado este mismo estudio por pequeños grupos, edad y sexo.

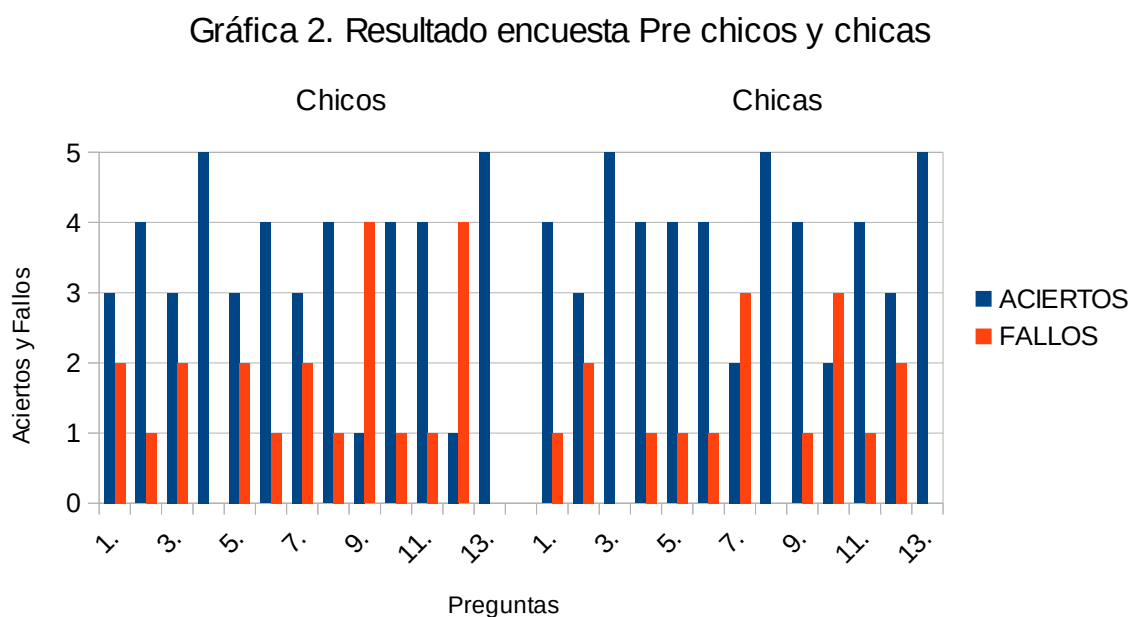
Análisis general

En el análisis de resultados de la encuesta pre se observa de forma general que la prevalencia de fallos es mayor que la de aciertos, aún así en varias preguntas encontramos que presentan más aciertos, en las tres primeras preguntas 7 de los participantes aciertan y 3 fallan, estas hacen referencia a tres términos relacionados con la sexualidad (sexo, sexualidad, erótica). En cuanto a las preguntas que hacen referencia a los órganos sexuales masculinos y femeninos, encontramos que el número de aciertos y fallos son equiparables y en una de ellas tienen más frecuencia los aciertos.

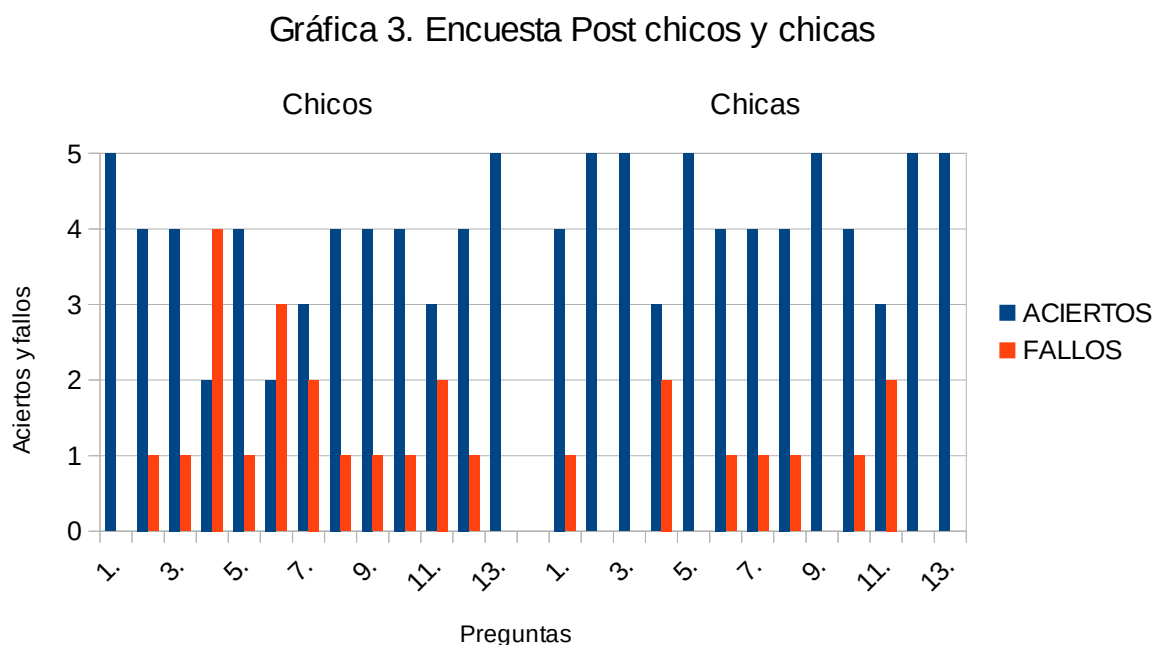
Pese a que han obtenido bastantes aciertos en la encuesta pre, al compararla con la post, se observa que el número de fallos ha disminuido en la segunda (*Gráfica 1*).

Análisis por sexo

Comparando los resultados de chicos y chicas en la encuesta pre se observa que al principio los chicos y las chicas del grupo tienen más o menos los mismos conocimientos, no se ve una diferencia notable entre ambos sexos, sí podemos observar que los chicos tienen fallos en un tipo de pregunta y las chicas en otro (*gráfica 2*).



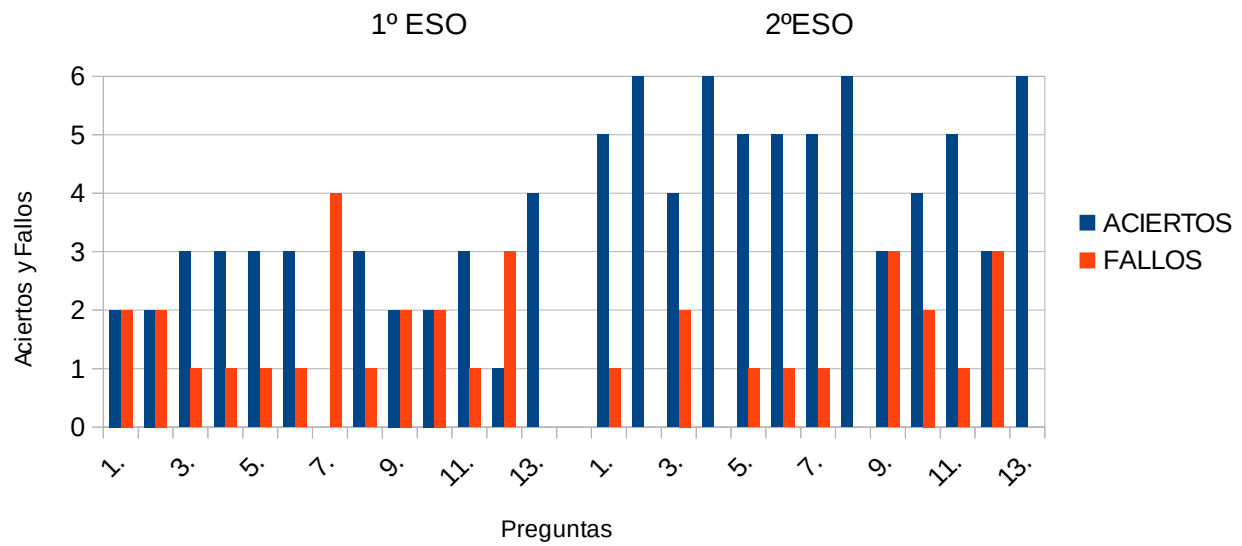
Al observar la gráfica post de chicos y chicas, se hace evidente que las chicas tienen mejores resultados, obteniendo como máximo dos fallos en algunas de las preguntas, mientras que los chicos tienen un máximo de 4 fallos en una de las preguntas y también presentan un mayor número de preguntas con fallos (*gráfica 3*).



Análisis por curso

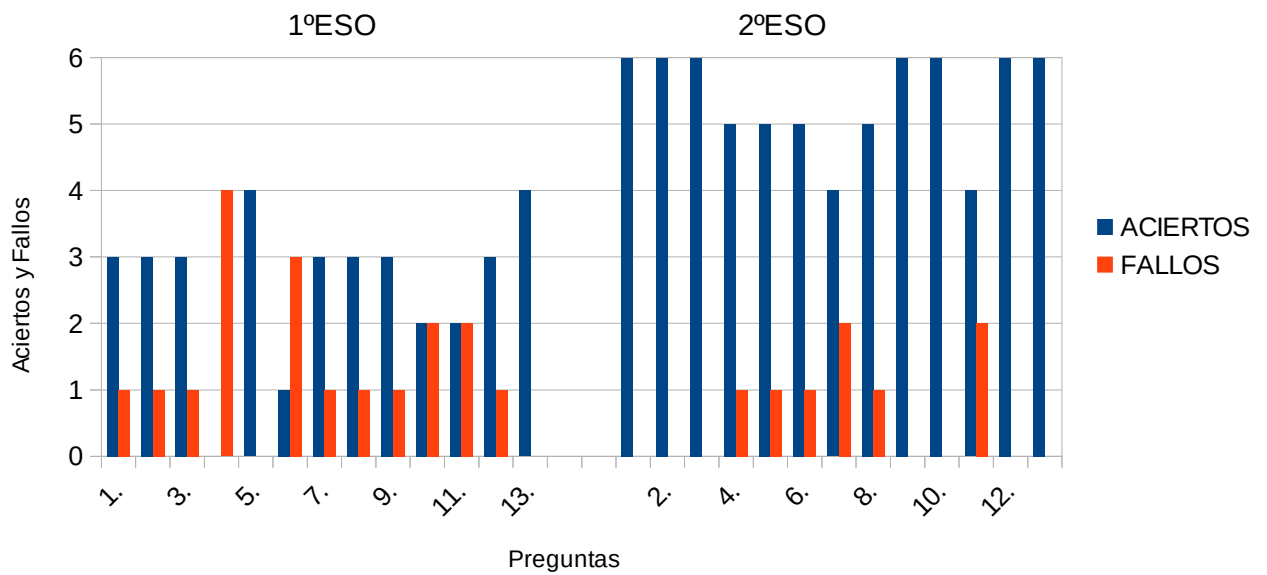
Repasando la encuesta pre de los alumnos de primero de la ESO, se ve que existen bastantes lagunas de conocimiento sobre dicho tema, haciéndose notable la diferencia con los de segundo de la ESO que tienen menos fallos. En este caso, es notable la diferencia de conocimientos “previos” entre ambos cursos (*gráfica 4*).

Gráfica 4. Resultados encuesta Pre 1º y 2º ESO



Sigue siendo notable la diferencia de resultados obtenidos en la encuesta post charla de ambos cursos, teniendo la misma prevalencia que antes, los de 1º siguen obteniendo un mayor número de fallos en las respuestas que los de 2º (gráfica 5).

Gráfico 5. Resultados encuesta Post 1º y 2º ESO



6. DISCUSIÓN

La información que obtenemos con el estudio teórico puede ser poco significativa por el reducido número de adolescentes que ha participado, sin embargo nos muestra con una pequeña pincelada la carencia de conocimientos sobre sexualidad presente en los adolescentes comprendidos en dichas edades, de 12 a 14 años.

A pesar del pequeño número de la muestra, podemos decir que la charla ha sido bastante útil a nivel general, sin embargo sería necesaria otro coloquio sobre el tema para asentar conocimientos. Además debería darse en todas las etapas vitales siempre teniendo en cuenta la adaptación de los contenidos al núcleo de edad al que se dirige.

También con el análisis general, podemos concluir que los temas tratados han sido adecuados, ya que observamos que han sido asimilados por gran parte de los participantes, sin embargo el análisis por edades nos dice que puede ser más productivo tratar el tema en diferentes grupos de edad, dividiendo 1º y 2º, sabiendo así que los términos a tratar van a ajustarse más a cada una de las edades y puedes partir de las experiencias y la base de cada curso.

En cuanto al estudio realizado por sexos vemos en todo momento el predominio de conocimientos de la chicas, tanto en la encuesta pre como en la post, se puede decir que las chicas han captado más las enseñanzas impartidas en la charla, y saben transmitirlas de forma más efectivas que en el caso de los chicos, que más bien no han sabido plasmarlo en la encuesta, ya que en la charla han sido igual de participativos y la atención prestada ha sido la misma en ambos.

Por otro lado, podemos intuir que tienen dudas sobre temas diferentes, y puede ser beneficioso en el futuro dividir al grupo por sexos para tratar dudas concretas, y así mejorar la educación sexual que se les quiere aportar. Sin embargo, un grupo mixto puede aportar puntos de vista diferente y enriquecer el dialogo entre los presentes, debido a esta contrariedad se prefiere un grupo formado por ambos sexos, las diferencias no son tan notables como para dividir al grupo, aunque siempre se puede tener otro momento en el que se traten dudas por sexos.

La información que nos aporta la encuesta sobre opinión que realizaron los adolescentes, en conjunto con el dialogo que mantuvimos mientras realizamos la charla, esclarece las opiniones y creencias de los adolescentes en este tema, y así podemos tomar una dirección más directa sobre los temas o las dudas que les inquietan. Llama la

atención que a pesar de no tener conocimientos previos y la gran mayoría afirmar no haber asistido a una charla sobre dicho tema, muchas personas dijeron que sí que tenían conocimientos, de los cuales la gran mayoría estaban sacados de sus amigos y de Internet.

En Internet se puede encontrar cualquier información, pero muchas veces no es correcta o no es exactamente lo que se busca, y en el caso de la sexualidad si no buscas en los lugares correctos es muy probable que encuentres creencias urbanas o términos que no son del todo ciertos. Por ello, debería existir una opción fácil y contrastada científicamente donde los adolescentes puedan resolver sus dudas, enfermería tiene una labor muy relevante en este tipo de educación y este puede ser uno de los pasos a seguir en esta nueva era para estar más presente entre los jóvenes, y que obtengan unos conocimientos veraces y alejados de los mitos.

En cuanto a la tolerancia, podemos concluir que unos conocimientos previos y una educación en igualdad puede ayudar a que la sociedad sea menos discriminatoria, como vemos en el estudio los adolescentes de la muestra dicen ser tolerantes, y sin embargo, creen que la sociedad no lo es tanto y que las nuevas generaciones que conviven de forma más directa con este estilo de vida no presentan buena tolerancia ante las personas que viven su sexualidad fuera de los márgenes establecidos por la propia sociedad. Por tanto, en estas charlas se debería enseñar que las personas son libres sexualmente e iguales, con nuestras diferencias que nos hacen únicos, así tendríamos una sociedad igualitaria y tolerante.

Relacionado con este tema también está el problema de las relaciones tóxicas entre adolescentes, como se observa en los resultados muchos de los adolescentes conocen a alguien de su edad con una relación de este tipo, y afirman que las personas que están en ella no son conscientes de esto, sin embargo si se educa en este tipo de problemas habría menos víctimas, y la sociedad sería igualitaria en cuanto a sexos, no habría diferencia entre hombre y mujeres.

Por último, la encuesta teórica nos muestra que los adolescentes consideran relevante la sexualidad a la hora de relacionarse y en su autoestima, y creen en la importancia de tratar este tema dentro de su educación.

En cuanto al trabajo de la enfermera comunitaria como educadora en salud, se puede decir que la educación sexual forma parte de sus competencias al igual que otros temas

relacionados con mantener la salud en la población a través de la educación .Se debe incluir su trabajo dentro de la formación escolar, y trabajar en conjunto con los educadores del centro. La falta de evidencia científica, como reflejan los resultados de este estudio⁶ ,hace necesario su creación para unificar y clarificar los contenidos que son necesarios dentro del núcleo de la población con la que se está trabajando .

La enfermera juega un papel muy importante en esta educación, debe ser impulsoras de una sexualidad sana, explotando la prevención para evitar conductas sexuales de riesgo, pero también inculcando valores necesarios para que la población a la que asisten pueda vivir su sexualidad de forma libre y segura. Es cierto que se pueden encontrar barreras, el conocimiento y la actualización de conceptos basados en evidencias científicas puede ser una de ellas, resolviéndose fácilmente con la formación de dicho colectivo profesional, todo esto les permitirá adaptar los conocimientos a todas las edades y concienciar a la población sobre dicho tema.

Otro inconveniente que se puede encontrar, es la forma de llegar a grandes colectivos y hacer visible dentro de la sociedad este tema como algo importante dentro de la educación. El programa PIES, se trabaja en colegios, y puede resultar un buen ambiente pudiendo ampliarse a otros, sin embargo el principal problema es que solo llega a los alumnos de un curso, 3º ESO, cuando este tema debería tratarse en todas las etapas, es necesario que las enfermeras creen más recursos y se acerquen a toda la población. El trabajo que se propone es llevar una educación en sexualidad más abierta, donde no solo predominen los métodos de protección ante enfermedades de transmisión sexual, sino que se hable de tolerancia y sentimientos, y además que llegue a todas las etapas de la vida.

Comparando este estudio con otro realizado a través del PIES⁷, vemos que se llega a la misma conclusión. La carencia de conocimientos sobre sexualidad de los jóvenes de la Comunidad Valenciana y la corrección de dicha carencia tras la ponencia dada por un profesional, viendo que los adolescentes viven su sexualidad de forma más sana tras asistir a esta.

Otros estudios ^{8,9,10} revelan las mismas conclusiones, la falta de conocimientos es evidente en los jóvenes y adolescentes españoles, hecho que solo se puede remediar aportando conocimientos adecuados como hemos comentado anteriormente.

Los resultados han sido favorables y se han logrado los objetivos que se pretendían conseguir, viendo que la charla ha sido efectiva, y que no solo han aprendido conceptos y términos, también han sido críticos con la sociedad y con ellos mismos, han mostrado su opinión y han participado dando su punto de vista para formar una imagen de la sexualidad heterogénea. Asimismo, se han dado cuenta de las desigualdades y los tabús que pone la sociedad en este tema.

7. CONCLUSIÓN

Se ha podido comprobar que los adolescentes no tenían conocimientos sobre sexualidad antes de darles la charla sobre dicho tema, sin embargo refieren que afecta de forma directa en la forma de relacionarse y de desarrollarse como persona. Viendo que después de dicha charla se obtienen buenos resultados, puede ayudar al mejor desarrollo de decisiones y crecimiento personal.

Así pues, el estudio está de acuerdo con lo que se refleja la declaración del 13^a. Congreso Mundial de Sexología, 1997, Valencia, España, donde se exponen los derechos sexuales, en concreto el número 10 que es el derecho a la educación sexual integral, en el que se dice que es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida y que debería involucrar a todas las instituciones sociales¹¹.

Dentro de dichas instituciones, se debe destacar el relevante papel de la enfermera comunitaria como principal transmisora de conocimientos y conductas generadoras de salud en los adolescentes.

Además, la OMS establece los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual, como el VIH, como principales problemas de salud entre los adolescentes, y propone varias soluciones todas ellas tienen como base la educación para la prevención de estos problemas¹².

También se ha concluido que existen diferentes conocimientos entre sexos, chicos y chicas, tanto antes como después de la charla, en este caso las chicas han obtenido mejores resultados en ambos. Aún así, no se observa gran ventaja respecto a los chicos.

En cuanto, a los conocimientos previos, presentan pocos pero algunos conceptos los tienen claros. La obtención de la información se basa en sus amigos y en Internet, de los cuales no obtienen una información veraz, según hemos podido comprobar.

Por otro lado, se observan diferencias en los resultados entre los de 1º y 2º de la ESO, siendo los de segundo los que obtienen mejor resultado, tienen las ideas un poco más

claras, aunque también presentan más dudas sobre el tema y esto se debe al mayor grado de interés.

Para finalizar, la educación sexual es un derecho que puede ayudar a los adolescentes tanto a crecer como persona como a hacerlo dentro de la sociedad en la que vive, teniendo criterio para tomar sus propias decisiones.

8. AGRADECIMIENTOS

Al grupo de adolescentes que se ha implicado en este proyecto de forma tan participativa. A las personas que han participado de una forma u otra para hacer posible este estudio, prestando su ayuda y aportando sus conocimientos para mejorar la calidad de este trabajo.

9. BIBLIOGRAFÍA

1. [Internet]. Navarra.es. 2018 [cited 14 May 2018]. Available from: <http://www.navarra.es/NR/rdonlyres/5209B83F-9C8D-42F1-B7EB-B542FA45D483/0/Aulassaludablescastr.pdf>
2. Salud sexual [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2018 [cited 14 May 2018]. Available from: http://www.who.int/topics/sexual_health/es/
3. [Internet]. Dehesa.unex.es. 2018 [cited 14 May 2018]. Available from: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/958/0214-9877_2013_1_1_521.pdf?sequence=4&isAllowed=
4. Presentación | PIES [Internet]. Cuidatecv.es. 2018 [cited 14 May 2018]. Available from: <http://cuidatecv.es/pies/que-es/presentacion/>
5. [Internet]. Diputaciondezamora.es. 2018 [cited 14 May 2018]. Available from: http://www.diputaciondezamora.es/recursos/doc/LaInstitucion/Areas/EducacionCulturaDeportes/47177_1251252009144812.pdf
6. Gueterres É, Rosa E, Da Silveira A, Dos Santos W. Educação em saúde no contexto escolar: estudo de revisão integrativa. 2018.
- 7 Jiménez Candel M, Mansilla Collado J, Aranda García E, Muñoz Jaramillo P. Sexualidad saludable en nuestros jóvenes: un programa de intervención escolar. 2018.
8. Gies T. The ScienceDirect accessibility journey: A case study. Learned Publishing. 2018;31(1):69-76.
9. Escribano J. INFLUENCIA DE LA FIDELIDAD DE LA IMPLEMENTACIÓN EN LA EFICACIA DE UN PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD SEXUAL CON ADOLESCENTES [Internet]. Redalyc.org. 2018 [cited 16 May 2018]. Available from: <http://www.redalyc.org/html/839/83941419002/>
10. Morales J. UN ESTUDIO PRELIMINAR DE LA EFICACIA DE UN PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD SEXUAL EN ADOLESCENTES CON PADRES DIVORCIADOS [Internet]. Redalyc.org. 2018 [cited 16 May 2018]. Available from: <http://www.redalyc.org/html/839/83949782004/>
- 11.[Internet]. Espill.org. 2018 [cited 16 May 2018]. Available from: <http://www.espill.org/wp-content/uploads/2016/01/Derechos-Sexuales-1997.pdf>

12. Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones [Internet]. World Health Organization. 2018 [cited 16 May 2018]. Available from: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

10. ANEXOS

10.1 ANEXO 1. ENCUESTA TEÓRICA SOBRE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES

EDAD:

SEXO: M / H

CURSO:

1. El sexo es:

a) Supone mantener relaciones sexuales con otra persona sea de tu mismo sexo o del contrario.

b) Características biológicas que definen a los seres humanos como hombres o como mujeres. Es los que somos.

c) Tendencias afectivas y sexuales de cada persona. Pueden ir hacia el sexo contrario, hacia el mismo sexo o hacia ambos sexos.

2. La sexualidad es:

a) El modo de vivir, verse, sentir y relacionarse como persona sexuada. El modo en que cada persona experimenta y entiende su dimensión sexual. Lo que vivimos y sentimos.

b) El sentimiento de pertenencia a uno u otro sexo, es decir, el convencimiento de ser hombre o mujer.

c) Características y conductas que la sociedad asigna a las personas como masculinas o femeninas.

3. La erótica es:

a) Interés e impulso por tener actividad sexual.

b) Manera en que nos expresamos y relacionamos como seres sexuados con nosotros mismo y los demás (caricias, besos, palabras, actos sexuales...).

c) Hace referencia a los órganos sexuales reproductivos (pene, vagina, testículos...)

4. La adolescencia:

a) Hace referencia a los cambios corporales que se dan entre los 9 y 19 años.

b) Es una etapa de comienzo de la maduración sexual

c) Tiempo entre el comienzo de la maduración sexual (pubertad) y la edad adulta. Es un tiempo de maduración psicológica, en el cual el niño se comienza a comportar "como un adulto"13-19 años.No sólo el cambio y crecimiento físico, sino también los cambios y el crecimiento emocional, psicológico, social y mental.

5. Algunos cambios masculinos en la pubertad son:

- a) Aparece vello facial, púbico y en las axilas, cambios en la voz y se inicia la capacidad reproductora.
- b) Aparece vello facial, púbico y en las axilas, cambios en la voz y se destacan los pezones.
- c) Aparece vello facial, púbico y en las axilas, se ensanchan las caderas y se inicia la capacidad reproductora.

6. Algunos cambios femeninos en la pubertad son:

- a) Aumento de peso y altura, crece pelo en pecho y espalda, aumenta el sudor.
- b) Aparece vello en las axilas y pubis, posible acné y aparece la menstruación.
- c) Los hombros se ensanchan, aumento de peso y altura y se inicia la capacidad reproductora.

7. En los órganos sexuales femeninos externos encontramos:

- a) labios mayores, escroto y vagina
- b) labios menores, monte de venus y próstata
- c) monte de venus, clítoris y vagina.

8. En los órganos sexuales masculinos encontramos los siguientes:

- a) pene, testículo y escroto.
- b) Próstata, pene y clítoris
- c) testículo, labios menores y próstata

9. La menstruación:

- a) El ciclo menstrual tiene una duración media de 48 días
- b) Antes de la pubertad, el cerebro indica a los ovarios a los óvulos que maduren
- c) Si no hay espermatozoides en el útero, el endometrio y todos los tejidos que se han preparado durante el ciclo se expulsan junto con una cantidad de sangre

10. La autoestima:

- a) Es la forma en que nos percibimos y nos sentimos. Nos influye el medio, cómo nos ven otras personas significativas para nosotros y cómo creemos que nos ven
- b) Nuestras ideas y nuestras creencias no son importantes a la hora de ver nuestra autoestima
- c) Es la forma en la que nos perciben y sienten los demás.

11. El amor es:

- a) Todas las personas vivimos igual el amor.
- b) Es un sentimiento real, consistente y profundo que intensifica las relaciones.
- c) Va cambiando con el tiempo

12. El enamoramiento es:

- a) Es una fase, va cambiando con el tiempo y el fin puede ser doloroso.
- b) Es un sentimiento real, consistente y profundo.
- c) No cambia con el tiempo y el nunca puede ser doloroso.

13. La violencia de género:

- a) Puede ser física (golpes) y psicológica (insultos, ridiculizar, chantaje...)
- b) Violencia solo se considera cuando hay maltratos físicos.
- c) Los insultos y los chantajes no afectan a la otra persona.

10.2 ANEXO 2. ENCUESTA DE OPINIÓN SOBRE SEXUALIDAD PARA ADOLESCENTES

EDAD:

SEXO: M / H

CURSO:

Esta encuesta es para saber la opinión sobre sexualidad y temas relacionados con ella que presentan los adolescentes de 12 a 14 años. Deben contestar con total sinceridad, la encuesta es anónima y servirá para hacer un estudio sobre la importancia de este tema y la repercusión en su vida.

Redondea la opinión que creas más afín a tu opinión.

1. ¿Crees que tienes conocimientos sobre sexualidad?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
2. ¿Alguna vez has asistido a una charla o taller sobre sexualidad?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
3. ¿De dónde obtienes la información sobre sexualidad si tienes dudas?			
Padres	Colegio	Amigos	Internet
4. ¿Crees que los chicos y las chicas ven la sexualidad de forma diferente?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
5. ¿Crees que los medios de comunicación son una fuente fiable de información para este tema?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
6. ¿Te da vergüenza hablar con tus padres sobre sexualidad?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho

7. ¿Y con tus amigos?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
8. ¿Crees que en tu edad hablar sobre este tema es un tabú?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
9. ¿Crees que presentas algún tipo discriminación a personas que viven su sexualidad de forma diferente a lo que se establece como “normal” (homosexual, transexual...)?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
10. ¿Crees que la sociedad es tolerante y respetuosa con estas personas?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
11. ¿ En tu opinión la nueva generación es más tolerante con este tema que las anteriores?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
12. ¿ A ti personalmente, te parece bien que haya diversidad a la hora de qué cada persona exprese su sexualidad (heterosexualidad, homosexualidad...)?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
23. ¿Crees que la autoestima es importante a la hora de relacionarnos con los demás?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
27. ¿Crees que a tu edad podemos encontrar alguna relación tóxica?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
28. ¿ Los hombres y las mujeres tenemos las mismas oportunidades y derechos?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
29. ¿ Crees que la sociedad existe igualdad entre hombres y mujeres?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
30. ¿Crees que es importante la educación sexual y debería incluirse en tu educación?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho
31. En tu opinión, ¿La sexualidad es importante a la hora de desarrollarte como persona e interaccionar con los demás?			
Nada	Poco	Bastante	Mucho

10.3 ANEXO 3. GUIÓN CHARLA

1). Primero se les preguntará **¿Qué entendéis por sexo?** Ellos responderán

2). Realizaremos una actividad de unir:

-Sexo → Elementos biológicos que nos diferencian para ser hombres o mujeres. (es lo que somos)

-Sexualidad → El modo en el que vivimos, nos vemos, sentimos y nos relacionamos como personas sexuadas. (es lo que sentimos o vivimos) (somos seres sexuados desde que nacemos hasta que morimos. Es cambiante, va cambiando dependiendo de la etapa vital)

-Orientación sexual → tendencias afectivas y sexuales de cada persona, pueden ir hacia el sexo contrario, hacia el mismo sexo o hacia ambos. (¿Quién me atrae?)

-Identidad sexual → el sentimiento de pertenencia a uno u otro sexo (sentirme hombre o mujer. ¿Cómo me siento?)

-Erótica → la manera que nos expresamos y relacionamos como seres sexuados con nosotros mismos y los demás (Caricias, besos, acto sexual, palabras...) (Es lo que hacemos)

Reflexión: Entre los seres humanos existe una gran diversidad, la cual todos tenemos que respetar y aceptar, ya que cada uno es único.

3). Se les preguntará **¿Qué entendéis por ser hombre o mujer? ¿qué estereotipos creéis que existen?** Que reflexionen un rato y luego el monitor dará unos ejemplos:

- **Masculinos:** autoafirmación, dominación, racionalidad, competitividad

- **Valores femeninos:** sensibilidad, sumisión, afectividad, generosidad.

4). El monitor dirá: Estáis ya en la pubertad ¿qué cambios notáis? Ellos responderán

(Pubertad= etapa de la persona en la que se producen cambios físicos y psicológicos, y se produce el despertar sexual)

Cambios masculinos:	Cambios femeninos:
Aparece vello facial (bigote y barba)	La piel se vuelve más grasa
Posible acné (debido a las hormonas)	Aumenta el peso y la altura
La voz falla y se hace más grave	Aumenta el sudor
Los hombros se ensanchan	Rostro más lleno

<p>Aparece el vello púbico</p> <p>Crece el vello en el pecho y la espalda</p> <p>El cuerpo transpira más</p> <p>Aparece el vello en las axilas</p> <p>Los testículos y el pene aumentan de tamaño</p> <p>El cabello y la piel se vuelven más grasos</p> <p>Aumenta el peso y la altura</p> <p>Las manos y los pies aumentan de tamaño</p> <p>Aumenta el vello en los brazos</p> <p>Crece el vello en las piernas</p> <p>Se inicia la capacidad reproductora</p> <p>Eyacuación</p>	<p>Posible acné (debido a las hormonas)</p> <p>Los brazos engordan</p> <p>Aparece el vello en las axilas</p> <p>Se destacan los pezones</p> <p>Crece el vello púbico</p> <p>Los genitales se engrosan y oscurecen</p> <p>Aumenta el vello en los brazos</p> <p>Los muslos y las nalgas engordan</p> <p>Las caderas se ensanchan</p> <p>Crece el vello en las piernas</p> <p>Se inicia la capacidad reproductora</p> <p>Menstruación</p>
---	---

Menstruación: Al llegar a la pubertad, el cerebro indica a los ovarios que produzcan estrógeno, lo que indica a los óvulos que maduren. El ciclo menstrual tiene una duración media de 28 días, la primera mitad del ciclo comienza el primer día de la regla y dura hasta la ovulación (aproximadamente el día 14). La segunda mitad del ciclo comienza con la ovulación y dura hasta el primer día de la próxima regla.

Si no hay espermatozoides en el útero, el endometrio y todos los tejidos que se han preparado durante el ciclo se expulsan junto con una cantidad de sangre: es la **regla**, que suele durar de 3 a 6 días.
→ Por si preguntan: *Se pueden mantener relaciones sexuales durante la regla*

Eyacuación: Al llegar la pubertad, el cerebro indica a los testículos que produzcan testosterona y así comienza la producción de espermatozoides (entre 100 y 300 millones al día). Los espermatozoides salen del cuerpo cuando el hombre eyacula. Y en el cuerpo de la mujer viven de 48 a 72 horas.

El escroto protege los testículos y los mantiene a la temperatura correcta para producir espermatozoides (si hace demasiado frío, el escroto se eleva y acerca los testículos al cuerpo; si hace demasiado calor, el escroto cuelga alejado del cuerpo).

El espermatozoide no se agota. Ningún tipo de actividad sexual, por frecuente que sea, es capaz de agotar la producción de espermatozoides (la producción sólo se agotaría por algunas enfermedades, lesiones o extirpaciones).

La erección comienza con estímulos internos (pensamientos y sensaciones) y con estímulos externos (caricias, abrazos, besos, etc.). Como consecuencia de la excitación, los vasos sanguíneos del pene se llenan de sangre, el pene aumenta de tamaño y se endurece.

Reflexión: Es importante conocerse, aceptarse y expresarse.

Autoestima: querer a uno mismo. La autoestima va a depender de cómo expresas tu sexualidad.

5) Tendrán que poner las partes en su sitio.

Se les dará unos dibujos de los órganos sexuales masculinos y femeninos, tendrán que escribir el nombre de la parte señalada.

6) Relaciones de pareja: Se les preguntará:

- ¿Qué es el amor? ¿Qué es el enamoramiento?

Amor: Es un sentimiento real, consistente y profundo que intensifica las relaciones interpersonales.

Enamoramiento: Es una fase. Va cambiando con el tiempo. El fin puede ser doloroso.

- ¿Qué pensáis que es una relación tóxica? ¿Pensáis que la violencia solamente es física?

Si a ratos preferirías no estar con esa persona porque te hace sentir mal, porque tu vibración cambia, porque te alteras hasta puntos que nunca creíste llegar, si te sientes manipulado cuando utiliza los sentimientos de culpa, sarcasmo o ironía para contradecirte, si sientes que no mereces ese trato pero no acabas de poner fin a esta relación, entonces estás atrapado en una relación tóxica.

- ¿Pensáis que hay igualdad en la sociedad entre hombres y mujeres?

- ¿Creéis que hay respeto entre las personas que viven diferente su sexualidad?